

Социальное одиночество как образ жизни современного урбанистического общества

Научный руководитель – Коркия Эка Демуриевна

Кудряшов Владислав Витальевич

Студент (бакалавр)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Социологический факультет, Кафедра социологии коммуникативных систем, Москва, Россия

E-mail: vlad_kudryash@inbox.ru

На сегодняшний день одиночество является распространенным явлением в обществе, особенно сильно этот феномен проявляется в урбанистическом обществе. В городах наблюдается высокая плотность населения, люди живут в очень быстром темпе. Из-за такого подхода к жизни люди оказываются в положении, которое может привести к состоянию одиночества.

Одиночество – состояние, в котором человек чувствует недостаток социальных связей и взаимодействий. Оно может иметь различные формы, от физического одиночества до эмоционального и социального исключения. Отметим, что одиночество не всегда включает в себя негативный оттенок. Оно может быть также и положительным признаком, которое позволяет индивиду погрузиться в размышления.

Важно понимать различие между временным и хроническим одиночеством. Хроническое одиночество может привести к значительным проблемам с психическим и физическим состоянием индивида, в то время как временное одиночество – стандартная ситуация в жизни каждого. Выделим ряд положительных сторон одиночества:

1. Время для саморефлексии и личностного роста;
2. Стимуляция креативности и продуктивности;
3. Развитие эмпатии.
4. Независимость и самостоятельность.

В урбанистической среде существует ряд факторов, которые способствуют появлению состояния одиночества. Анонимность и большое количество незнакомых людей, окружающих индивида, могут усугублять ситуацию. Кроме того, зависимость от социальных сетей и других цифровых технологий может привести к изоляции и ограничению реальных социальных контактов.

Однако городская среда может, в равной мере, и предоставлять людям больше возможностей для саморазвития и самоутверждения. Состояние уединения позволяет людям более глубоко изучать себя.

Одиночество – это наиболее обсуждаемая проблема. Зачастую – это сознательный выбор людей. Большинство людей не согласны с определением "одиночества", приведенном выше. Им комфортно находится в таком состоянии, при этом не испытывая негативных последствий, которые описываются в классическом понимании данного термина.

Человеку необходимо время для самого себя, чтобы упорядочить мысли, посвятить себя любому делу, которому он желает сам, получая при этом умиротворение. Важно иметь время для себя лично, потому что в обществе человек испытывает постоянное давление со множества сторон. Наедине же с самим собой человек восстанавливается. Такое поведение будет способствовать росту продуктивности индивида в любых его делах, позволяя восстанавливать ресурс, который, с учетом общества, расходуется с огромной скоростью. Это понизит риски выгорания, эмоционального и ментального истощения.

Благодаря городскому пространству любой может найти то самое занятие, которое вернет его состояние в тонус. Невероятное количество всевозможных курсов, мастер-классов и подобных занятий, где человек может найти выход своему потенциалу, позволяет выбрать именно то, что ему требуется, будь то занятие для одного или узкого круга лиц, где не обязательно исполнять какую-либо социальную роль, угождая другим.

Одиночество в урбанистическом обществе является сложным и многоаспектным явлением. Хотя оно может иметь как положительные, так и отрицательные аспекты, важно найти баланс и разработать стратегии для более здоровых и конструктивных взаимодействий в городской среде. Этого можно достичь посредством создания сообществ, участия в групповых активностях, обратившись за поддержкой к друзьям, семье или профессионалам.

Источники и литература

- 1) Вирт Л.: Урбанизм как образ жизни. - М. : Strelka Press, 2016.
- 2) Зиммель Г. Большие города и духовная жизнь. - М.: Strelka Press, 2018.
- 3) Лэнг О. Одинокий город. Упражнения в искусстве одиночества. - М.: Ад Маргинем, 2018.
- 4) Ортега-и-Гассет Х. Восстание масс. - М.: АСТ, 2016.
- 5) Парк Р., Баньковская С. Город как социальная лаборатория // Социологическое обозрение. 2002. Т. 2. № 3. С. 3-12.